

기혼근로자의 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주가 우울에 미치는 영향에 관한 연구

최 보 라 박 수 진[†] 최 수 찬

연세대학교 사회복지대학원

본 연구는 서울 및 수도권에 거주하는 기혼근로자들을 대상으로 직장-가정갈등(WFC)과 우울과의 관계에서 문제음주의 매개효과를 검증하고 이를 바탕으로 근로자의 삶의 질 향상을 위해 개입의 토대를 마련하는 것을 목적으로 한다. 서울 및 수도권지역에 거주하는 344명의 기혼근로자를 대상으로 분석하였으며 분석 결과 직장-가정갈등(WFC)이 높아질수록 우울이 높아졌으며 마찬가지로 문제음주 또한 증가하였다. 직장-가정갈등(WFC)과 우울의 관계에 있어서 문제음주의 매개효과를 살펴본 결과, 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다. 본 연구는 기혼 근로자를 대상으로 직장-가정갈등(WFC)과 우울의 관계를 규명하는 한편 이에 대한 문제음주의 영향 관계를 살펴보았다는 점에서 의의가 있다. 또한 이를 통해 기혼근로자의 직장 및 가정의 양립의 중요성을 재고하고, 개인의 심리적 안녕에 영향을 미치는 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주에 개입할 수 있는 근거를 마련했다는 데 의의가 있다. 이상의 연구 결과를 바탕으로 정부와 기업차원에서 가족친화적 기업복지프로그램이나 근로자지원프로그램(EAPs) 등의 활성화를 통해 개인의 심리적 안녕뿐만 아니라 가정과 직장생활의 질도 향상시키는 방안을 제안하였다.

주요어 : 기혼근로자, 직장-가정갈등(WFC), 음주, 우울, 근로자지원프로그램(EAPs)

[†] 교신저자 : 박수진, 연세대학교 사회복지대학원, 서울시 서대문구 신촌동 134
ssujins@gmail.com, 010-2716-3710

서론

급격한 사회 변화와 경제 위기 속에서 우리나라의 자살률은 계속해서 증가하여 지난 2005년에는 OECD국가 중 자살률 1위의 오명을 차지한 바 있다. 이후 자살을 막기 위한 몇 년 간의 사회적 노력과 관심이 있었음에도

최근에는 OECD국가 중 자살률은 3위, 특히 여성의 자살률 1위라는 조사 결과가 발표되었다(OECD 통계연보, 2009). 연일 언론에 보도되는 저명인사, 연예인 등 사회에 영향력을 끼치는 집단의 자살로 인한 파장과 인터넷 상에서 성행하는 동반자살을 부추기거나 자살을 돕는 사이트들이 대변하듯 자살에 대한 사회적 불안이 높아지고 있다. 자살을 야기하는 주요 원인을 연구한 다양한 연구들은 우울 등의 심리적 어려움을 꼽는다. 특히 일반 근로자의 경우 직장에서 기인하는 스트레스로 인해 우울이나 불안 등의 심리적 문제를 겪는 경우가 많아 자살의 안전지대가 아닌 만큼, 근로자의 정신 건강에 대한 관심이 증가하고 있다(하오령, 권정혜, 2006; Frone, 2000; Hammer, L. B., Cullen, J. C., Neal, M. B., Sinclair, R. R., & Shafiro, M. V., 2005; Vinokur, Pierce, & Buck, 1999).

우울과 같은 근로자의 정신 건강은 직장가정의 양립을 중요시 하는 사회 분위기와 함께 그 중요성이 부각되고 있다. 여성근로자뿐 아니라 남성근로자들도 직장가정 두 영역 모두에서 역할을 수행할 것을 요구받으며 이때 많은 근로자들은 한정된 시간과 에너지를 두고 직장가정, 두 영역의 역할을 수행하기에 역할 갈등을 겪게 된다. 이러한 직장-가정갈등(WFC)은 근로자와 조직, 사회에 여러 가지 어려움들을 야기한다. 직장-가정갈등

(WFC)은 개인적인 측면에서 우울이나 불안, 심리적 위축, 과도한 음주와 흡연, 나아가 자녀학대나 부부폭력 등의 문제들을 야기할 수 있고, 조직적인 측면에서도 직무스트레스, 조직몰입, 직무만족, 직무성과 등에 부정적인 영향을 미칠 수 있다(강혜련, 임희정, 2000; 강혜련, 최서연, 2001; 김재엽, 최수찬, 정운경, 2008; 김홍규, 가영희, 2005; 장재운, 김혜숙, 2003; 임효창, 김오현, 이봉세, 2005; Allen, Herst, Bruck, & Sutton, 2000; Mayes, 1986; Grant-Vallone & Donaldson, 2001; Greenhaus & Beutell, 1985; Wallace, 2005).

직장-가정갈등(WFC)이 직무 관련 요인에 미치는 부정적인 결과에 대한 연구와 개인의 정신건강에 대한 연구는 국내외에서 활발히 이루어지고 있다. 하지만 직장-가정갈등(WFC)과 개인적 차원 중에서도 특히 우울과의 관계를 검증한 국내 연구는 국외 연구에 비해 그 수가 아직 부족한 실정이다(하오령, 권정혜, 2006). 본 연구에서는 근로자가 직장-가정갈등(WFC)으로 인해 경험할 수 있는 다양한 문제 중 시대적 요구를 반영한 우울문제에 초점을 맞추고자 한다.

특히, 근로자의 경우 직장 생활에서의 여러 가지 스트레스나 역할갈등을 해소하는 일환으로 음주를 하는 경우가 많은데 이는 더 심각한 신체적 질병이나 심리, 정서적 문제를 야기할 수 있다는 점에 그 심각성이 있다. 스트레스나 역할 갈등을 해소하기 위해 시작한 음주가 습관성 문제음주로 발전하게 되면 스트레스나 갈등을 해소하기 보다는 더 심각한 심리적인 문제나 행동상의 문제를 야기하는 악순환이 반복될 수 있기 때문이다(권구영, 2005; 김통원, 2001; 박은영, 김영환, 2005; 이민규, 1993; 이수영, 2006; 정우진, 2006). 음주

와 우울의 영향관계에 대한 선행 연구에 따르면 음주와 우울은 강한 상관관계를 보이는 것이 사실이나, 음주가 우울에 영향을 미친다고 보는 연구와 우울이 음주에 영향을 미치는 요인이라고 보는 연구가 모두 존재하여, 아직 일치된 견해는 없다고 할 수 있다(강상경, 권태연, 2008).

외국의 경우 위와 같은 음주와 우울의 두 방향의 관계성에 대하여 각각 이론에 근거해 영향관계를 증명하는 연구들이 활발히 진행되고 있다. 그러나 우리나라의 경우 우울과 음주의 영향관계를 밝히는 연구가 많지 않으며 관련 연구가 있다 하더라도 연구 대상이 알코올중독이나 우울증을 겪고 있는 임상집단을 대상으로 한 연구들을 많은 실정이다(김지영, 1995; 한귀원, 김명정, 김성곤, 변원탄, 1996; 전미경, 한우상, 정종일, 이기원, 김태우, 2003). 그리고 음주와 우울의 관계에 영향을 미칠 수 있는 심리사회적 요인들을 함께 연구한 선행 연구는 강상경, 권태연(2008)의 연구가 유일하며, 특히 근로자의 직장-가정갈등(WFC)을 문제음주와 우울과 함께 살펴본 연구는 전무한 것으로 파악된다. 근로자에게 있어서 직장-가정갈등(WFC)과 이로 인한 우울과 문제 음주 등의 부정적인 현상들은 개인의 삶의 질을 낮출 뿐만 아니라 조직 및 사회 차원에도 간과할 수 없는 문제이다. 따라서 본 연구에서는 일반근로자를 대상으로 직장-가정갈등(WFC)이 우울에 미치는 영향을 살펴보고, 그 관계에 있어서 문제음주의 매개효과를 검증하고자 한다.

직장-가정갈등(WFC)

역할 갈등이란 ‘두 가지 이상의 욕구가 역

할을 수행하는 과정 속에서 동시에 존재하여 해결에 곤란을 느끼는 상태’로(최수찬, 백지애, 2006; Kahn, R. L., Wolfe, D. N., Quinn, R. P., Snoek, J. D., & Rosenthal, R. A. 1964) ‘두 개 혹은 그 이상의 역할 압력이 존재하는 경우 하나의 압력에 순응하게 될 시에 다른 압력에 순응 하는 것이 곤란하게 된 상태’라고 정의된다. 이러한 역할 갈등은 역할 내 갈등과 역할 간 갈등으로 분류할 수 있다. 역할 내 갈등이란 하나의 역할 내에서 발생하는 상호 양립되지 않는 역할 압력이며 역할 간 갈등은 두 개 이상의 서로 이질적인 특성의 다중 역할을 가질 때 발생하는 갈등이다. 직장-가정갈등은 직장과 가정 두 영역에 속한 근로자가 수행해야 하는 상호 양립 불가능한 역할 압력으로 인해 발생하는 역할 간 갈등으로 볼 수 있다. 즉 직장-가정갈등(WFC)이란 직장에서의 역할로 인해 가정 역할 수행이 어려운 경우와, 가정에서의 역할로 인해 직장 역할 수행이 어려운 경우 발생하는 역할 간 갈등이다(Duxbury & Higgins, 1991; Frone, Russell & cooper, 1992; Greengaus & Beutell, 1985; Searle & Klepa, 1991).

Greenhaus와 Beutell(1985)은 Kahn *et al.*(1964)의 연구에 기초하여, 직장-가정갈등(WFC)을 유발하는 3가지 유형을 제시한 바 있다. 이 3가지 유형은 각각 시간 갈등, 긴장 갈등, 행동 갈등으로 구성된다. 시간갈등이란 근로자가 직장과 가정에서의 역할을 수행하면서 서로 다른 영역의 역할을 수행하기에 시간적 압력을 경험할 때 발생한다. 긴장 갈등은 한 영역의 역할을 수행하면서 경험하는 긴장이 다른 영역의 역할의 질을 떨어뜨릴 때 발생한다. 행동 갈등은 한 영역에서 효과적이라 기대되는 행동들이 다른 영역에서는 효과적이지 않는 것으로 나타날 때 발생한다(김재엽, 최수찬,

정윤경, 2008).

지금까지 직장-가정 갈등은 직장 역할 수행으로 인해 가정역할 수행이 어려운 직장-가정갈등(WIF)과 가정역할수행으로 인해 직장역할수행이 어려운 가정-직장갈등(FIW)으로 나누어져 그 방향성에 대한 연구가 이루어져 왔다(Frone et al., 1992; Kossek & Ozeki, 1998). 최근의 선행 연구에 따르면 직장과 가정의 관계와 갈등 양상이 양방향 상호순환적인 특성을 지니게 되는 경우가 많으므로 직장-가정갈등(WIF)과 가정-직장갈등(FIW)의 특성을 함께 파악하는 경향이 있다(최수찬, 백지에 2006; Carlson & Frone, 2003). 따라서 본 연구에서도 직장-가정갈등(WIF)과 가정-직장갈등(FIW)을 함께 고려하는 전반적인 직장-가정갈등(WFC)에 관한 연구를 수행하고자 한다.

문제음주

직장인이 직장 및 가정 등 다양한 영역에서 받는 스트레스를 해소하는 한 방법으로 음주를 선택하는 경우가 많다. 이 때 일반적인 음주 정도를 넘어 개인과 조직, 사회에 부정적인 영향을 미칠 수 있는 과도한 음주를 문제음주라고 할 수 있는데, 스트레스 상황을 극복하기 위한 하나의 대처방법으로서의 문제음주 행위는 상당히 만연되어 있는 실정이다. 제갈정(2001)의 연구에 따르면 문제음주의 비율이 가장 높은 집단은 직장인으로, 이들의 지난 1년간 음주경험 비율은 무려 97.9%에 이르렀으며, 이 중에서도 문제음주자는 18.2%로, 직장인 다섯 명 중 한명정도는 문제음주를 하고 있는 것으로 나타났다.

그런데 개인의 기호 수준을 넘는 과도한 음주는 개인의 신체적, 정신적 건강 뿐 아니라

가족과 조직, 나아가 사회에도 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 과도한 음주는 불안, 우울, 분노 등 부정적인 심리적 반응을 증가시키며 가정 폭력, 자녀 학대, 가족 간 갈등을 유발하여 가정의 건강에 위협이 된다. 직장의 측면에서도 근로자가 지나친 음주를 하는 경우 지각이나 결근이 늘어나고 근무 태만, 조직 몰입, 직무 성과 저하로 인해 타격을 받을 수 있다(김광기, 1994). 실제로 조사 결과에 따르면 음주로 인한 사회적 손실이 GDP의 2.86%에 달하는 약 14조 9천억원에 이르는 것으로 나타났다(정우진, 전현준, 이선미, 2006).

위와 같이 과도한 음주로 인하여 개인 뿐 아니라 가정, 조직, 사회적으로 문제를 야기함에도 불구하고 아직까지 문제음주의 개념에는 일치된 정의가 없다. 알코올중독(Alcoholism), 알코올의존(Alcohol dependence), 알코올남용(Alcohol abuse), 문제음주(Problem drinking), 폭음(Binge drinking) 등의 다양한 용어가 과도한 음주상태를 나타내는데 사용되고 있지만 진단적, 의학적 특징을 가진다. 또한 조금씩 다른 의미를 내포하기 때문에 사회복지적 함의를 가지는 하나의 용어로써 정의를 내리는 것이 더욱 용이하지 않다(유체영, 2003; Hester & Miller, 1995). 특히 우리나라는 음주에 대한 관대한 문화를 가지고 있어 과도한 음주에 대한 개념 정의가 외국과는 다를 수 있으며 특히 의료적으로 문제음주에 대해 접근하기도 더욱 어려운 형편이다. 더불어 음주 동기에는 개인의 심리적 특성과 상황적 요인이 개입되며 이들의 상호 작용 또한 중요한 만큼 음주 문제에는 심리 사회적 접근이 필수적이다(박해웅, 2007).

이에 관하여 김혜련과 최윤정(2003)은 자신들의 연구에서 알콜과 관련된 문제를 가진 사

람들을 ‘문제음주자’로 표현할 것을 권고하고 있다. 이는 알콜 문제를 가진 사람들을 단순 범주화 시키지 않으며 음주소비로 인한 다양한 경험 및 문제들을 포괄하고, 알콜 중독이라는 낙인을 피할 수 있기 때문이다(양혜진, 2007). 따라서 본 연구에서는 과도한 음주로 인해 자신 또는 타인에게 신체적, 정신적, 경제적, 사회적으로 부정적인 결과를 초래하는 행위를 문제음주라고 정의하고자 한다.

직장-가정갈등(WFC)과 문제음주

일과 가정의 양립은 개인의 신체, 정신적 건강은 물론 가족과 조직, 사회와의 상호작용에도 긍정적으로 작용한다. 그러나 두 영역 간의 갈등과 이로 인한 스트레스는 근로자에게 피할 수 없는 부담으로 다가온다. 게다가 사회 구조와 가족 기능 및 가족 내 역할 등의 변화로 더 이상 일과 가정은 서로 분리된 영역이 아니며 일과 가정의 양립은 근로자의 하나의 역할 과제라는 인식이 중요성을 더해가고 있다. 하지만 일부 근로자의 경우, 자신이 처한 일과 가정의 어려운 상황들을 긍정적으로 해결하지 못하고 오히려 음주나 약물 등의 문제를 야기하는 경우가 적지 않은 실정이다.

음주를 유발하는 요인에 대한 심리 사회적 접근에 따르면 개인의 심리적 특성과 상황적 요인 및 이들의 상호 작용이 음주를 유발하는 것으로 보여진다(박해웅, 2007). 실제로 Frone과 Barnes, 그리고 Farrel(1994)이 366명의 기혼여성 근로자를 대상으로 직장-가정갈등(WFC)과 약물중독의 관계에 대해 연구를 실시한 결과, 직장-가정갈등(WFC)은 간접적으로 심한 알코올 사용과 흡연에 영향을 미치는 것으로 나타난 바 있다. 이후 Frone과 Russell, 그리고

Cooper(1997)의 기혼근로자 267명을 대상으로 한 직장-가정갈등(WFC)과 건강의 관계에 관한 연구에서도 직장-가정갈등(WFC)의 양방향성에 대해 살펴보았는데, 가정-직장갈등은 우울과 신체적 건강 악화를 증가시키는 반면에 직장-가정갈등은 음주를 증가시키는 것으로 나타난 바 있다. 이밖에도 Roos와 Lahelma, 그리고 Rahkonen(2006)은 남녀근로자 5,271명을 대상으로 직장-가정갈등(WFC)과 음주행동의 관계에 대해 연구한 결과, 직장-가정갈등(WFC)이 남녀 모두에서 문제음주에 큰 영향을 미친다고 보고하였다. 따라서 직장-가정갈등(WFC)이라는 상황은 근로자에게 문제음주를 가져오는 요인이 된다고 볼 수 있다.

위와 같은 연구들은 모두 국외에서 진행된 것으로서, 국외에서는 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주와의 관계에 대한 연구가 활발히 진행되고 있는 반면 국내에서는 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주와의 관계에 초점을 맞추어 심층적으로 살펴보려는 시도는 거의 없었던 형편이다.

우울

우울은 신체적, 사회적, 환경적 요소들로 인해 개인이 “기분의 저조함, 무력감, 절망감, 근심, 의욕상실 등 심리적 고통과 더불어 수면 장애, 식욕부진, 체중감소, 통증 등 신체적 증상”과 함께 나타나는 부정적 심리 현상이다(이인정, 2007; 강희숙, 김근조, 2000). 우울에 빠진 개인은 근심과 무력감, 침울, 무가치함 등을 느끼며(강희숙, 김근조, 2000) 심리적으로 탈진하고 의기소침하며 외로움을 느끼고 의욕을 상실하며 불안과 초조함을 느끼게 된다(최규련, 1993).

우울은 현대 사회가 소위 우울의 시대라고 불릴 정도로 불안과 더불어 가장 많이 출현하는 증후군이며 그만큼 요인 또한 다양하다. 미국의 경우, 매년 약 20만 명이 우울증을 겪고 있는 것으로 조사되었고, 미국 여성의 25%, 남성의 12%가 일생동안 한 번 정도 주요 우울증을 겪는 것으로 나타났다(최외선, 오미나, 1998; 황연미, 2009; 재인용). 여기에는 유전적 취약성, 신경전달물질의 결핍과 같은 생물학적 요인(엄태완, 2008) 뿐만 아니라 개인이 속한 환경과의 상호작용과 심리적 요인이 우울증과 깊은 관련성이 있는 것으로 나타났다. 선행 연구에 따르면 사회의 문화, 성역할에 대한 관점, 사회적 관계망이나 사회적 지지, 스트레스, 이로 인한 과도한 음주 등이 우울과 깊은 관련성이 있는 것으로 나타났다(강상경, 권태연, 2008; 김영란, 2009; 김성재, 1996; 김승연, 고선규, 권정혜, 2007; 박경, 2002; 송병준, 2002; 정영미, 2007; Hammen, 2003).

그런데 우울은 개인이 슬픔이나 실망감, 무력감 등에 빠지게 하여 신체적으로는 식욕감퇴, 체중저하, 불면증 등의 증상을 가져오며 정신적으로는 망상, 자살시도 등의 부정적 영향을 가져올 뿐 아니라 사회적 고립, 알코올 중독, 약물 남용, 자살 등의 사회적 문제를 야기할 수 있다는 데에 그 심각성이 있다(권석만, 2003; 박해웅, 최수찬, 2005). 실제로 만성 우울증 환자의 경우 15%가 한번 이상 자살을 시도한 경험이 있다는 연구 결과가 보고된 바 있으며(김애현, 임영섭, 광기오, 이혜리, 윤방부, 1990) 우리나라 근로자의 약 25%가 우울 증상으로 고통받는 것으로 밝혀져 우리나라 또한 우울 문제가 심각함을 짐작할 수 있다(우중민, 2004).

직장-가정갈등(WFC)과 우울

맞벌이부부의 증가가 보편화 되면서 남성과 여성의 전통적인 성역할에 변화가 생겼으며 남성과 여성 모두 직장과 가정에서의 다중 역할을 요구받기에 이르렀다. 그러나 사회적 의식 변화는 사회 구조의 변화를 따라잡지 못해 아직까지 근로자가 가정과 직장 모두에서의 역할을 동시에 수행하기에는 어려운 점이 많은 것이 사실이다. 이들에 대한 역할 기대와 실제 역할 수행의 차이로 인한 역할 갈등은 근로자에게 직장-가정갈등(WFC)을 촉발시키며 심리사회적으로도 부정적인 영향을 준다(이숙현, 1997).

직장-가정갈등(WFC)을 다룬 많은 선행 연구들은 근로자의 심리적 건강의 측면에서 디스트레스와 우울 증상을 사정해 왔다. 그 중 많은 연구들이 직장-가정갈등(WFC)이 근로자의 우울을 포함한 정신 건강에 영향을 미치는 것으로 보고하고 있다(하오령, 권정혜, 2006; Frone, M. R., Russell, M., & Barnes, G. M., 1996; Frone, 2000; Hammer *et al.*, 2005; Vinokur, Pierce, & Buck, 1999). 직장-가정갈등(WFC)으로 인한 역할 갈등은 기혼남성근로자와 기혼여성근로자의 우울과 상관이 있으며 특히 여성의 전통적인 성역할 관념이 강한 우리나라의 사회문화적인 특성은 직장생활을 하는 젊은 여성들에게 직장-가정갈등(WFC)으로 인한 우울 경향을 높이는 기제로 작용한다. 기혼여성근로자의 경우 남성근로자보다 직장-가정갈등(WFC)과 우울간의 관련이 깊으며 부모역할갈등이 디스트레스, 우울 및 불안의 수준을 증가시키는 것으로 나타났다는 연구 결과가 이를 뒷받침한다(김명자, 1981; 박경, 2002; 이희정, 이숙현, 1995; 장재윤, 김혜숙, 2003; 하오

령, 권정혜, 2006).

직업에서의 만족과 함께 부모로서 느끼는 갈등이 근로자의 심리적 복지와 삶의 질에 큰 영향을 주며(김혜신, 김경신, 2003) 우울은 근로자 개인 뿐 아니라 가족, 조직, 사회에까지 부정적인 영향을 미친다는 점에서 직장-가정갈등(WFC)으로 인한 심리사회적 문제에 대해 더욱 심도있는 접근이 필요하다.

문제음주와 우울

음주와 우울의 관계에 대해서는 상관관계는 높은 것으로 나타났으나, 두 변수 간 선행관계에 대해서는 학자간의 일치한 견해는 아직 존재하지 않는다. 선행연구에서의 음주와 우울의 선행관계에 대한 견해를 정리해보면 긴장감소가설과 독성가설로 구분할 수 있다. 긴장감소가설은 불안정한 정서를 안정시키기 위해 음주를 하게 된다는 이론이고, 독성가설은 음주가 불안정한 정서를 가져온다는 이론이다(강상경, 권태연, 2008).

긴장감소가설은 알코올이 긴장 혹은 심리적 스트레스를 감소시키는 약리적 효과가 있으며, 이러한 속성 때문에 긴장이나 불안을 유발하는 스트레스 상황에서 음주가 강화된다고 설명한다(Conger, 1956). 이처럼 음주가 긴장, 우울, 불안 및 스트레스를 감소시키는 효과가 있다고 보고하는 선행연구들이 긴장감소가설을 지지하고 있다(Peyser, 1982; Pierce, R. S., Frone, M. R., Russell, M. & Cooper, M. L., 1994; Russell, M., Cooper, M. L., Frone, M. R., & Peirce, R. S. 1999; Sayette, 1999).

독성가설은 우울증상은 알코올 독성의 영향으로 발생하는 것이며, 알코올이 우울에 영향을 미치는 선행요인으로 설명한다(Kessler &

Price, 1993). 송병준(2002)은 “알코올을 과다복용하거나 장기간 과용 혹은 남용하게 되면 알코올의 강한 독성이 뇌세포 파괴를 촉진시켜 뇌의 기능을 저하시키고 짜증, 신경질, 불면증, 불안 및 우울증, 죄책감을 유발한다”고 보고하였다. Sher(2006)는 “만성적 알코올 사용이 약물학적으로 신체와 정신에 장애를 초래하는 과정에서 우울증으로 발전해 가며 이 때 감정적, 심리적인 소외감으로 인한 심한 우울증은 때로 자살의 원인이 되기도 한다”고 보고하였다. 이처럼 음주가 우울의 선행요인이라고 보고하는 선행연구들이 독성가설을 지지하고 있다(Kessler, R. C., Nelson, C. B., McGonagle, K. A., Edlund, M. J., Frank, R. G. & Leaf, P. J., 1996; Swendsen, J. D., Merikangas, K. R., Canino, G. J., Kessler, R. C., Rubio-Stipec, M. & Angst, J., 1998; 강상경, 권태연, 2008; 김성재, 1996; 송병준, 2002, 조성진 외, 1998).

최근 우리나라에서 일반인이나 직장인을 대상으로 음주와 우울의 관계에 대한 연구들에서 음주가 우울에 영향을 미치는 선행요인이라는 결과가 보고되어, 긴장감소가설보다는 독성가설이 지지되었다(강상경 · 권태연, 2008, 제갈정, 2001). 따라서 본 연구에서는 독성가설에 입각해 음주가 우울의 선행요인으로서 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

방 법

조사대상 및 자료수집방법

본 연구의 조사대상자는 기혼근로자로 1인 이상 상시 고용 사업장에서 정규직 또는 임시직으로 일하는 근로자를 의미한다. 한국표준

직업분류(2000)를 참고하여 서울과 수도권에 거주하고 있는 사무직, 생산직, 전문직, 서비스직, 단순노무직 종사자 400명, 총 39개 작업장을 대상으로 2009년 11월 중순에서 12월 초에 걸쳐 조사를 실시하였다. 표집방법은 상기 지역에서 비확률 표본추출법 중 할당추출법을 사용하여 표집하였으며, 설문대상자의 작업장에 방문하여 설문취지를 설명한 후 구조화된 설문지를 이용하여 자기기입식으로 설문을 실시하였다. 수거된 설문지 총 377 개 중 불성실한 응답을 제외하고 최종 344 개의 설문지가 분석에 사용되었다.

연구가설

본 연구에서는 선행연구들을 바탕으로 다음과 같이 연구가설을 설정하였다.

가설 1. 직장-가정갈등(WFC)은 우울에 정적인 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 직장-가정갈등(WFC)은 문제음주에 정적인 영향을 미칠 것이다.

가설 3. 직장-가정갈등(WFC)과 우울의 관계에 있어서 문제음주가 매개효과를 가질 것이다.

측정도구

독립변수 직장-가정갈등(WFC)

본 연구에서는 직장-가정갈등(WFC)을 측정하기 위해 Carlson 등(2000)이 개발한 척도(WFC: Work Family Conflict)를 사용하였다. Carlson 등의 WFC는 직장-가정갈등(WFC)을 측정하기 위해 널리 사용되고 있는 척도 중 하나이다. WFC에는 '직장의 가정역할방해'와

'가정의 직장역할방해'의 양방향성이 포함되어 있으며, 시간갈등, 긴장갈등, 행동갈등의 6개의 하위차원으로 구분되고, 총 18문항으로 구성되어 있다. 각 문항을 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'의 5점 척도로 측정하였고, 본 연구에서 척도의 신뢰도는 Cronbach's alpha=.909로 나타났다.

종속변수: 우울

본 연구에서는 우울을 측정하기 위해 Randolph(1977)의 우울 척도(CES-D: Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)를 사용하였다. CES-D는 일반인들이 경험하는 우울을 보다 용이하게 측정하기 위해 개발된 도구이다. 본 연구에서는 CES-D의 20문항을 '일주일에 1번 미만(1점)', '일주일에 1~2번(2점)', '일주일에 3~4번(3점)', '일주일에 5~7번(4점)'의 4점 척도로 측정하였다. 분석에서는 각 문항의 점수를 합산하여 사용하였고, 점수가 높을수록 우울한 것으로 해석한다. 본 연구에서 우울 척도의 신뢰도는 Cronbach's alpha=.892로 나타났다.

매개변수: 문제음주

본 연구에서는 문제음주를 측정하기 위하여 Mayfield(1974)의 CAGE(Cutting, Annoyance by criticism, Guilty feeling, Eye-opener)의 4문항을 '예(1점)'과 '아니오(0점)'로 측정하였다. 4개의 문항은 '술을 줄여야 한다고 느낀 적이 있다, 술로 인해 비난받는 것을 귀찮아한다, 계속된 음주로 죄책감을 느낀 적이 있다, 숙취해소를 위해 아침에 술을 마신 적이 있다'이며, 점수가 높을수록 문제음주자일 가능성이 크다. 본 연구에서는 CAGE의 4문항의 합을 사용하였다. 본 연구에서 문제음주 척도의 신뢰도는

Cronbach's alpha=.760으로 나타났다.

통제변수

기혼근로자의 직장-가정갈등(WFC)이 우울에 미치는 영향과 문제음주의 매개효과를 검증하기 위하여 조사대상자의 인구사회학적 특성인 성별, 연령, 학력, 월평균 소득, 자녀유무를 통제변수로 사용하였다.

자료분석 방법

본 연구는 자료의 오류검토 작업 및 연구 목적에 부합하도록 부호화 과정을 진행하고 SPSS 17.0을 이용하여 분석하였다. 인구사회학적 특성 및 각 변수의 실태를 파악하기 위해 빈도분석과 기술통계를 사용하였다. 기혼근로자의 직장-가정갈등(WFC)이 우울에 미치는 영향에 있어 문제음주의 매개효과를 검증하기 위하여 Baron과 Kenny(1986)가 제시한 3단계 방법을 사용하여 중다회귀분석을 실시하였으며, 매개경로의 통계적 유의성을 Sobel test를 사용하여 검증하였다.

결 과

조사대상자의 인구사회학적 특성

본 연구의 대상인 기혼근로자의 인구사회학적 특성을 파악하기 위해 성별, 연령, 학력, 월소득, 자녀유무를 살펴보았다. 조사대상자는 여자가 188명(55.0%)로 남자 154명(45.0%)보다 조금 더 많은 것으로 나타났다. 연령은 40대가 136명(40.2%)으로 가장 많았고, 30대 111명(32.8%), 50대 이상 73명(21.6%), 20대 이하 18

명(5.3%)의 순으로 나타났다. 학력의 경우 대졸이 140명(42.4%)으로 가장 많았으며, 고졸이 99명(30.0%), 전문대졸 이하 48명(14.5%), 대학원졸 이상 39명(11.8%)으로 나타났다. 월소득은 200만원 이하가 148명(46.8%)으로 가장 많았고, 201~300만원 이하 88명(27.8%), 401만원 이상 45명(14.2%), 301~400만원 이하 35명(11.1%)의 순으로 나타났다. 자녀유무에서는 있음이 306명(90.3%)으로 없음의 33명(9.7%)에 비해 더 많은 비율을 차지하는 것으로 나타났다. 자세한 내용은 표 1과 같다.

주요 변수 간 상관관계

주요 변수간의 관련성 및 관련정도를 알아보기 위해 단순상관관계분석을 실시하였다. 여기에는 통제변수인 성별, 연령, 학력, 월소득, 자녀유무와 독립변수인 직장-가정갈등(WFC), 매개변수인 문제음주, 종속변수인 우울이 포함되었다. 결과는 표 2와 같다.

통제변수 중에서는 연령만이 독립변수와 낮은 수준의 유의미한 상관관계가 나타났고, 매개변수와 통제변수들 간에는 남성인 경우, 그리고 학력이 낮은 수준에서 유의한 상관관계가 나타났다. 통제변수와 종속변수 간에서는 자녀유무가 유의미한 상관관계를 나타냈다. 독립변수와 매개변수 간에는 유의미한 상관관계가 나타나지 않았고, 독립변수와 종속변수, 매개변수와 종속변수는 유의미하게 높은 상관관계를 보이고 있는 것으로 나타났다.

직장-가정갈등(WFC)이 문제음주 및 우울에 미치는 영향

본 연구는 기혼근로자의 직장-가정갈등

표 1. 조사대상자의 일반적 특성

| 특성 | 구분 | 빈도(명) | 백분율(%) | 평균(표준편차) |
|-----------------|--------------|-------|--------|-----------|
| 성별 (n=342) | 남 | 154 | 45.0 | |
| | 여 | 188 | 55.0 | |
| 연령 (n=338) | 20대 이하 | 18 | 5.3 | |
| | 30대 | 111 | 32.8 | 42.24 |
| | 40대 | 136 | 40.2 | (8.555) |
| | 50대 이상 | 73 | 21.6 | |
| 학력 (n=330) | 고졸 이하 | 103 | 31.3 | |
| | 전문대졸 이하 | 48 | 14.5 | |
| | 대졸 | 140 | 42.4 | |
| | 대학원졸 이상 | 39 | 11.8 | |
| 월소득 (n=316) | 200만원 이하 | 148 | 46.8 | |
| | 201-300만원 이하 | 88 | 27.8 | 266.32 |
| | 301-400만원 이하 | 35 | 11.1 | (144.321) |
| | 401만원 이상 | 45 | 14.2 | |
| 자녀유무 (n=339) | 있음 | 306 | 90.3 | |
| | 없음 | 33 | 9.7 | |

표 2. 주요변수간 상관관계

| | 성별 | 연령 | 학력 | 월 소득 | 자녀 유무 | 직장-가정 갈등(WFC) | 문제 음주 | 우울 |
|------------------|----------|----------|---------|---------|----------|------------------|----------|----|
| 성별 | - | | | | | | | |
| 연령 | .004 | - | | | | | | |
| 학력 | -.114* | -.140* | - | | | | | |
| 월소득 | -.271*** | .197*** | .347*** | - | | | | |
| 자녀유무 | -.102 | -.373*** | .080 | -.161** | - | | | |
| 직장- 가정갈등(WFC) | .043 | -.127* | -.024 | -.028 | .096 | - | | |
| 문제음주 | -.230*** | -.026 | -.138* | .025 | .023 | .098 | - | |
| 우울 | .009 | -.049 | -.082 | -.089 | .216*** | .389*** | .194** | - |

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

(WFC)이 우울에 미치는 영향을 살펴보고자 하며, 이 때 문제음주가 매개효과를 갖는지 살펴보고자 한다. 우선 직장-가정갈등(WFC)이 우울에 영향을 미치는지를 알아보는 1단계, 직장-가정갈등(WFC)이 문제음주에 영향을 미치는지를 알아보는 2단계, 그리고 직장-가정갈등(WFC)을 통제된 상태에서 문제음주가 우울에 영향을 미치는지 알아보는 3단계의 회귀분석을 실시하였다.

먼저 직장-가정갈등(WFC)이 우울에 영향을 미치는지를 알아보기 위한 1단계 회귀모델의 결과는 표 3과 같다. 이 모델에 의하면 직장-가정갈등(WFC)은 우울에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다($p < .001$). 회귀계수는 $\beta = .408$ 로 직장-가정갈등(WFC)이 높을수록 우울이 증가하는 것으로 나타났으며, 모델의 설명력은 20.7%로 $p < .001$ 수준에서 유의미하게 나타나 가설1이 지지되었다. 통제변수 중에서는 자녀유무에서 자녀가 없는 경우가 더 우울한 것으로 나타났다($p < .001$).

다음으로 직장-가정갈등(WFC)이 문제음주에 영향을 미치는지 알아보기 위한 2단계 회귀모델의 결과는 표 4와 같다. 이 모델에 의하면 직장-가정갈등(WFC)은 문제음주에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다($p < .001$). 회귀계수는 $\beta = .131$ 로 직장-가정갈등(WFC)이 높을수록 문제음주가 증가하는 것으로 나타났으며, 모델의 설명력은 7.6%로 $p < .001$ 수준에서 유의미하게 나타나 가설2가 지지되었다. 통제변수 중에서는 성별의 경우 남자가 문제음주가 높고($p < .001$), 학력의 경우 학력이 낮을수록 문제음주가 더 높은 것으로 나타났다($p < .01$).

마지막으로 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주를 동시에 투입하여 우울에 영향을 미치는지 알아보기 위한 3단계 회귀모델의 결과는 표 5와 같다. 독립변수와 매개변수가 모두 포함된 상태에서 모델의 설명력은 21.1%로 $p < .001$ 수준에서 유의미하게 나타났는데, 이는 독립

표 3. 1단계: 직장-가정갈등(WFC)이 우울에 미치는 영향 n=305

| 구분 | Model 1 | | Model 2 | | |
|------|---------------------|-------------|------------|-------------|---------|
| | B(SE) | β | B(SE) | β | |
| 통제변수 | 성별 | .008(.048) | .010 | -.002(.044) | -.003 |
| | 연령 | .006(.031) | .013 | .024(.028) | .048 |
| | 학력 | -.024(.023) | -.063 | -.024(.021) | -.062 |
| | 월소득 | -.011(.025) | -.029 | -.008(.023) | -.020 |
| | 자녀유무 | .323(.085) | .235*** | .281(.077) | .206*** |
| 독립변수 | 직장-가정갈등(WFC) | | .293(.037) | .408*** | |
| | F | 3.760** | | 14.213*** | |
| | R ² | .059 | | .222 | |
| | Adj. R ² | .043 | | .207 | |

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

표 4. 2단계: 직장-가정갈등(WFC)이 문제음주에 미치는 영향

n=278

| 구분 | Model 1 | | Model 2 | | |
|---------------------|--------------|-------------|------------|-------------|----------|
| | B(SE) | β | B(SE) | β | |
| 통제변수 | 성별 | -.134(.034) | -.241*** | -.136(.033) | -.247*** |
| | 연령 | .014(.022) | .043 | .018(.022) | .054 |
| | 학력 | -.045(.017) | -.168** | -.044(.017) | -.164** |
| | 월소득 | .009(.017) | .037 | .011(.017) | .044 |
| | 자녀유무 | .017(.057) | .019 | .012(.057) | .014 |
| 독립변수 | 직장-가정갈등(WFC) | | .064(.028) | .131* | |
| F | | 4.657*** | | 4.773*** | |
| R ² | | .079 | | .096 | |
| Adj. R ² | | .062 | | .076 | |

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

표 5. 3단계: 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주가 우울에 미치는 영향

N=278

| 구분 | Model 1 | | Model 2 | | |
|-------------------------------|--------------|-------------|------------|-------------|--------|
| | B(SE) | β | B(SE) | β | |
| 통제변수 | 성별 | .015(.051) | .018 | .030(.048) | .036 |
| | 연령 | .010(.033) | .019 | .023(.030) | .045 |
| | 학력 | -.031(.026) | -.076 | -.017(.024) | -.042 |
| | 월소득 | -.019(.026) | -.051 | -.013(.023) | -.035 |
| | 자녀유무 | .301(.087) | .225** | .276(.079) | .205** |
| 독립변수 | 직장-가정갈등(WFC) | | .276(.040) | .378*** | |
| 매개변수 | 문제음주 | | .308(.075) | .138* | |
| F | | 3.490** | | 11.571*** | |
| R ² | | .060 | | .231 | |
| Adj. R ² | | .043 | | .211 | |
| R ² change(1단계 기준) | | | | .004*** | |

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

변수만 포함된 1단계 모델의 20.7%에 비하여 (WFC)의 회귀계수가 $\beta = .378$ 로 1단계 모델에 0.4%가 증가한 것이다. 그리고 직장-가정갈등 서의 회귀계수 $\beta = .408$ 에 비해 낮아져 직장-가

정갈등(WFC)의 우울 예측정도가 감소하였으나 여전히 직장-가정갈등(WFC)이 우울에 대해 $p < .001$ 수준에서 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 매개변수인 문제음주의 회귀계수는 $\beta = .138$ 로 $p < .05$ 수준에서 우울에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났지만 그 정도는 미약하였다. 문제음주가 높을수록 우울이 높게 나타난다고 할 수 있다. 이 때 통제변수 중에서는 자녀유무에 있어서 자녀가 없는 경우 우울이 더 높은 것으로 나타났다 ($p < .01$).

문제음주의 매개효과 검증

앞서 회귀분석 결과에서 제시된 바와 같이 기혼근로자의 직장-가정갈등(WFC)은 문제음주에 통계적으로 유의한 영향을 미치며, 문제음주가 우울에 미치는 영향이 유의하게 나타나 직장-가정갈등(WFC)과 우울의 관계에 문제음주가 영향을 미치는 요인임을 알 수 있다. 이에 직장-가정갈등(WFC)이 문제음주를 매개로 우울에 영향을 미치는 경로가 유의한지 검증하기 위해 다음과 같이 Sobel Test를 실시하였다.

$$Z_{ab} = \frac{ab}{\sqrt{b^2 SE_a^2 + a^2 SE_b^2}}$$

a(비표준화계수): 직장-가정갈등(WFC) →

문제음주 / SE_a : a의 표준오차

b(비표준화계수): 문제음주 →

우울 / SE_b : b의 표준오차

Sobel 검증 결과 표 6과 같이 직장-가정갈등(WFC)이 문제음주를 매개로 우울에 이르는 경

〈표 6〉 문제음주의 매개효과 Sobel 검증

| 경로 | Z | p-value |
|-----------------------------|-------|---------|
| 직장-가정갈등(WFC) → 문제음주 → 우울 | 1.997 | 0.045* |

* $p < .05$

로가 유의한 것으로 나타났다.

분석결과를 종합해 볼 때, 직장-가정갈등(WFC)은 우울에 직접적으로 영향을 미치는 한편 문제음주를 매개로 하여 우울에 간접적으로도 영향을 미치는 것으로 나타나 부분매개효과가 있는 것으로 나타나 가설 3이 지지되었다.

논 의

본 연구는 기혼근로자들을 대상으로 직장-가정갈등(WFC)과 우울과의 관계에서 문제음주의 매개효과를 검증하고 이를 바탕으로 근로자의 삶의 질 향상을 위해 개입의 토대를 마련하는 것을 목적으로 하고 있다. 이에 본 논의에서는 분석을 통해 얻어진 연구결과를 요약하고 이를 바탕으로 몇 가지 제언을 하고자 한다.

기혼근로자의 직장-가정갈등(WFC)이 우울에 미치는 영향을 살펴본 결과, 직장-가정갈등(WFC)이 높아질수록 우울이 높아지는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 직장-가정갈등(WFC)이 근로자의 정신건강에 부정적인 영향을 미친다는 기존의 연구들과 그 결과를 같이 한다고 할 수 있다(하오령, 권정혜, 2006; Frone *et al.*, 1996; Frone, 2000; Hammer, T. H., Saksvik, P. O., Nytro, K., & Bayazit, H. T. M,

2004; Vinokur, Pierce, & Buck, 1999).

그리고 직장-가정갈등(WFC)이 문제음주에 미치는 영향을 살펴본 결과, 직장-가정갈등(WFC)이 높아질수록 문제음주가 증가하는 것으로 나타났다. 이러한 결과 역시 근로자가 경험하는 직장-가정갈등(WFC)이 문제음주에 부정적인 영향을 미치는 것으로 지적한 선행 연구들과 궤를 같이 한다고 볼 수 있다.(Frone, Russell & Cooper, 1997; Frone, Barnes & Farrel, 1994; Roos, Lahelma & Rahkonen, 2006).

마지막으로 직장-가정갈등(WFC)과 우울의 관계에 있어서 문제음주의 매개효과를 살펴본 결과, 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다. 먼저 문제음주와 우울은 정적인 관계가 있는 것으로 나타났는데, 이는 기존의 연구결과와 부합하는 것이라고 할 수 있다(강상경, 권태연, 2008; 제갈정, 2001). 직장-가정갈등(WFC)이 우울에 미치는 영향 정도가 문제음주를 함께 투입했을 때 더 작아지고 전체 모형의 설명력이 약간 증가하는 것으로 나타나 문제음주가 약한 수준이지만 부분적으로 매개효과를 갖는 것을 알 수 있었다.

이러한 결과를 바탕으로 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

조직의 측면에서 보자면 무엇보다도 근로자의 직장-가정갈등(WFC)을 줄이고, 직장-가정갈등(WFC)으로 인한 문제음주를 감소시키며, 나아가 직장-가정갈등(WFC) 및 문제음주로 인한 우울을 줄이기 위한 방안을 적극적으로 모색해야 한다. 선진국에서는 근로자의 다양한 사회정서적 당면문제들에 대응하고 근로자의 스트레스와 갈등, 특히 알코올 중독 등의 정신건강 문제를 적극적으로 관리하기 위해 기업복지적 차원에서 근로자지원프로그램(EAP: Employee Assistance Programs)을 개발하여 도입

하고 있다. EAP의 실제적 개입은 대부분 상담을 통해 시작되고, 상담은 직장 내외의 문제를 다루며, 고충상담, 스트레스상담, 퇴직상담, 정신건강상담, 법률상담, 재정상담 등의 내용을 포함하고 있다(최수찬 외, 2006).

우리나라에서도 1999년 듀폰 코리아와 한국 피엔지를 시작으로 유한킴벌리, 포스코 광양제철소, SK(주), 삼성 등 몇몇 대기업에서 EAP를 도입하여 근로자들의 문제해결과 욕구충족을 도모하고 있지만 아직 미흡한 수준이어서 향후 효과적으로 판단된 관련 서비스들을 도입 및 확대하는 것이 필요하다(최수찬, 우종민, 2008). 기업의 지원프로그램들은 근로자의 직무스트레스와 갈등 등을 감소시키고 근로의욕과 직무만족을 증가시키는 것으로 보고되고 있다(이은희, 2000; Sher & Brown, 1989). 또한 근로자의 직장-가정갈등(WFC)을 줄이고, 그로 인한 문제음주를 감소시키기 위한 가족친화적 기업복지프로그램의 도입하여 근로활성화를 고려해 볼 수 있다. 여기에는 직장보육시설, 탄력적 근무제, 시차출퇴근제, 가족문제가 있는 근로자에 대한 업무전환제도, 상용시간제, 특별보육제도, 스트레스 상담제도 등이 포함되어 있다. 이러한 가족친화적 기업복지프로그램을 도입하는 것은 해당 기업 내 근로자들에 대한 욕구조사 등을 기반으로 이루어져야 할 것이다(최수찬 외, 2006).

또한 정부의 제도적 지원 또한 필수적이다. 사회 변화와 경제위기로 급격히 증가해 이제는 하나의 주요 가족형태로 존재하는 맞벌이 부부를 고려하여 이들의 직장-가정갈등(WFC) 정도를 경감시킬 수 있는 맞춤형 제도지원이 마련되어야 한다. 연구 결과와 같이 기혼 근로자들이 겪는 직장-가정갈등(WFC)은 문제음주와 우울과 상관이 있으므로 가족의 삶의 질

을 높이기 위해서는 이들의 직장-가족갈등을 경감시킬 수 있는 대책이 필요하다. 여기에는 이미 마련된 건강가정지원센터를 적극적으로 홍보하고 이용을 권고하는 노력이 필요하며 이 밖에도 기업의 가정친화프로그램 및 서비스를 뒷받침하고, 이를 실제로 활용할 수 있는 사회적 여건을 만들고자 하는 정부의 의지와 실질적인 제도 개선이 필수적이다.

본 연구는 두 가지 의의를 가지고 있다. 첫째로는, 일반 기혼근로자를 대상으로 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주의 관계를 살펴본 것이다. 그동안 국외에서는 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주의 관계에 대해 직장-가정갈등(WFC)이 문제음주에 영향을 미친다고 보고한 연구가 다수 진행되어 왔으나(Frone, *et al.*, 1997; Frone, *et al.*, 1994; Grzywacz & Marks, 2000; Roos, Lahelma & Rahkonen, 2006). 국내에서는 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주와의 관계에 대한 연구가 전무한 실정이다. 따라서 본 연구는 우리나라 근로자들이 당면하고 있는 문제인 직장-가정갈등(WFC)과 이로 인한 문제음주의 영향관계를 살펴보았다는 점에서 의의가 있다.

두 번째로는 직장-가정갈등(WFC)이 근로자 개인의 우울에 미치는 영향을 알아봄과 동시에 문제음주의 매개효과를 검증함을 통해 기혼근로자의 직장과 가정의 양립의 중요성을 재고하고, 이것이 개인의 심리적 안녕의 질 향상에 중요한 역할을 하는 것을 확인하는 것에 의의가 있다.

마지막으로 본 연구의 한계점과 향후 연구 방향에 대한 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 다양한 직종에 종사하는 일반 기혼근로자를 대상으로 조사하였으나, 그 대상을 수도권으로 한정하여 조사한 것이

기 때문에 연구의 결과를 우리나라 전체 근로자의 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주가 우울에 미치는 영향에 관한 연구로 일반화하기에는 어려움이 있다고 사료된다. 또한 총 39개의 작업장만을 대상으로 설문이 진행되었기 때문에 해당 조직의 제도 및 문화가 직장-가정갈등(WFC)에 영향을 미칠 수 있다는 한계가 있다.

둘째, 본 연구는 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주가 근로자 개인의 정신건강 문제 중 우울에 미치는 영향만 살펴보았다. 향후 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주가 영향을 미칠 수 있는 개인의 문제와 가정 내 문제들에 대한 다양한 연구들이 이루어질 필요가 있다.

셋째, 본 연구는 직장-가정갈등(WFC)과 문제음주가 우울에 미치는 부정적인 영향관계를 검증하는데 그치고 있다. 더불어 상관연구를 통한 인과관계를 추론하는 한계점을 가지고 있다. 향후 이런 부적인 영향관계를 조절하는 여러 요인, 예를 들면, 근로자의 성격유형, 문제해결능력, 스트레스관리방법 등의 요인을 검증하는 연구가 이루어질 필요가 있으며, 관련 변수들 간의 다양한 구조모형을 검증하는 연구들이 이루어질 필요가 있다.

마지막으로 근로자의 직장생활과 가정의 균형을 돕는 기업복지프로그램에 관한 후속연구들이 이루어져야 할 것이다. 이를 통하여 근로자 개인의 문제해결을 통한 삶의 질 향상뿐만 아니라 기업의 생산성과 국가 경쟁력을 높여나갈 수 있는 원동력을 모색해야 할 것이다.

참고문헌

강상경, 권태연 (2008). 우울과 음주의 관계에

- 대한 연구-긴장감소가설과 독소가설에 대한 검증을 중심으로-. 사회복지연구, 36, 253-280.
- 강혜련, 임희정 (2000). 성취동기와 가족친화제도가 기혼여성의 직장-가정갈등(WFC)과 경력몰입에 미치는 조절변인 효과. 한국심리학회지: 여성, 5(2), 1-14.
- 강혜련, 최서연 (2001). 기혼여성 직장-가정갈등(WFC)의 예측변수와 결과변수에 관한 연구. 한국심리학회지: 여성, 6(1), 23-42. 121-135.
- 강희숙, 김근조 (2000). 일부지역 노인들의 신체적 건강과 우울과의 관련성. 대한보건협회학술지, 20(4), 451-459.
- 권구영 (2005). 직장인의 음주에 영향을 미치는 요인에 관한 연구: 사무직 직장인을 중심으로. 한국사회복지학, 57(2), 93-118.
- 김광기 (2004). 건전한 음주문화조성 및 절주방안에 관한 연구. 건강증진사업기획단.
- 김선정 (2007). 중년여성의 건강증진 생활양식과 우울 및 삶의 질과의 관계. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김성재 (1996). 알코올리즘 재발에 관한 이론적 모형 구축. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 김승연, 고선규, 권정혜 (2007). 노인 집단에서 배우자 사별 스트레스와 우울의 관계: 사회적 지지와 대처행동의 조절효과. 한국심리학회지: 임상, 6(1), 77-105.
- 김애현, 임영섭, 광기오, 이혜리, 윤방부 (1990). 가정의학과 외래 내원 환자의 우울과 가족 기능에 관한 연구. 대한가정의학회, 11(7), 23-28
- 김재엽, 최수찬, 정윤경 (2008). 직장-가정갈등(WFC)과 스트레스가 남편의 아내폭력에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 26(1), 121-135.
- 김지영 (1995). 알코올중독 입원환자의 개인 및 음주행태가 우울증에 미치는 영향. 정신간호학회지, 4(2), 110-118.
- 김진희, 한경혜 (2002). 남성과 여성의 일,가족 전이와 관련요인. 대한가정학회지, 40(11), 55-69.
- 김통원 (2001). 도시직장인의 음주 및 음주운전에 관한 실태조사. 한국가족복지학, 7, 35-57.
- 김혜신·김경신 (2003). 맞벌이부부의 부모역할갈등과 심리적 복지. 한국가정관리학회지, 21(4), 117-131.
- 김홍규, 가영희 (2005). 성인의 직장-가정에서의 갈등과 만족도에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 23(1), 85-98.
- 박 경 (2002). 여성우울증의 원인과 심리 치료 고찰. 다학제적 접근 심리치료 2(1), 31-44
- 박은영, 김영환 (2005). 외현적, 암묵적 알코올 기대와 음주행동 간의 관계. 한국심리학회지: 임상, 24(4), 831-848.
- 박인규 (2004). 직무스트레스와 직장-가정 갈등사이에서의 조직지원의 조절효과: 관광호텔종사원들을 중심으로. 문화관광연구, 6(2), 211-222.
- 박해웅 (2007). 건설일용근로자의 가족역할갈등이 직무몰입에 미치는 영향에 관한 연구. 연세대학교 사회복지대학원 박사학위논문.
- 박해웅, 최수찬 (2005). 근로자의 스트레스가 우울, 자아존중감, EAPs 욕구에 미치는 영향에 관한 연구. 한국사회복지조사연구, 12, 1-22.
- 송병준 (2002). 알코올과 스트레스. 류수일 편,

- 알코올백과. 한국음주문화연구센터.
- 엄태완 (2008). 빈곤층의 경제적 스트레스와 우울 관계에서 자기효능감과 사회적 지지의 효과. 정신보건과 사회사업, 28, 36-66.
- 우종민 (2004). 직무스트레스와 정신 건강. 한국직무스트레스학회창립기념학술대회 발표자료집, 49-68.
- 우종민, 김경미, 김성아 (2003). 업무전환 후 직무 스트레스로 인한 정신과적 질환 증례. 대한산업의학회지, 15(2), 205-212.
- 윤숙희, 배정아, 이소우, 안경애, 김세은 (2006). 직장인의 직무스트레스와 우울, 음주, 흡연 형태. 보건과 사회과학, 19(6), 31-50.
- 이동수, 김지혜 (2001). 직무스트레스가 정신과적 증상에 미치는 영향: 성별에 따른 자존감의 매개효과를 중심으로. 신경정신의학회지, 40(2), 217-229.
- 이민규(1993). 음주행동과 관련된 심리사회적 요인. 한국 심리학회지: 임상, 12(1), 165-179.
- 이수광 (2007). 호텔업 직무 스트레스가 직장-가정 갈등에 미치는 영향: 리더십의 조절효과를 중심으로. 관광연구저널, 21(3), 167-178.
- 이수영 (2006). 직장인 음주행위에 영향을 미치는 요인 연구. 한국알코올과학회, 7(2), 113-136.
- 이숙현 (1997). 남성과 여성의 일/가족 갈등. 연세여성연구, 3, 173-194.
- 이인정 (2007). 남녀노인의 우울, 삶의 만족에 대한 심리사회적 요인들의 영향의 차이에 관한 연구. 노인복지연구, 36(0), 159-179.
- 이주희, 이은희 (2000). 맞벌이 부부의 직장, 가정의 역할갈등과 우울과의 관계에 대한 대처방식의 조절효과. 한국심리학회지: 건강, 5(2), 287-303.
- 임승락, 김지혜, 이동수, 김이영 (2000). 여성의 직무스트레스, 대처자원과 정신건강. 신경정신의학회지, 39(6), 999-1009.
- 임효창, 김오현, 이봉세 (2005). 기혼 직장인의 직장-가정갈등(WFC)이 직무태도에 미치는 영향: 경력계획과 성별의 조절효과를 중심으로. 대한 경영학회지, 18(1), 421-442.
- 장세진 (2002). 스트레스의 사회심리적 요인. 한국역학회지, 24(2), 148-163.
- 장재윤, 김혜숙 (2003). 직장-가정간 갈등이 삶의 만족 및 직무태도에 미치는 효과에 있어서의 성차: 우리나라 관리직 공무원들을 대상으로. 한국심리학회지: 사회문제, 9(1), 23-42.
- 전미경, 한우상, 정종일, 이기원, 김태우 (2003). 알코올중독자와 일반인의 음주동기와 부정적 정서에 관한 연구. 중독정신의학, 7(2), 87-96.
- 정영미 (2007). 여성노인의 우울에 따른 건강상태 및 우울관련 요인. 한국노년학, 27(1), 71-86.
- 정우진 (2006). 주종별 알코올의 사회경제적 비용 추계: 술 주종과 사회경제적 비용의 연관성 연구. 대한보건연구, 32(1), 1-8.
- 제갈정 (2001). 한국인의 음주실태. 한국음주문화센터.
- 조성진, 서국희, 남정자, 서동우, 조맹제 (1998). 알코올의존 고의심군의 사회인구학적 특성 및 위험요인 분석. 신경정신의학, 37(6), 1186-1200.
- 최규련 (1993). 맞벌이부부의 결혼만족도와 우울증에 관한 연구. 대한가정학회지, 33(1), 61-84.
- 최수찬 (2003). 직장인 스트레스 감소전략의

- 모색: 근로자원조프로그램(Employee Assistance Program)을 중심으로. 연세사회복지연구, 9, 155-178.
- 최수찬 (2007). 국내 기업복지의 활성화 방안: 근로자의 욕구에 근거한 기업복지 프로그램 개발. *집문당*, 101-106.
- 최수찬, 백지애 (2006). 비동거가족 근로자의 직장-가정갈등(WFC)이 스트레스와 직무만족에 미치는 영향에 관한 연구: 남성 근로자를 중심으로. *가족과 문화*, 18(4), 157-182.
- 최수찬, 우종민 (2008). 근로자지원프로그램(EAP)의 이론과 실제. *인제대학교 출판부*.
- 최수찬, 우종민, 윤영미, 김상아, 박웅섭 (2006). 남녀근로자의 직장-가정 간 갈등과 직무만족도에 관한 연구: 가족친화적 기업복지제도의 도입을 위한 논의. *한국가족복지학*, 17, 144-146.
- 최외선, 오미나 (1998). 대학생의 우울과 스트레스에 관한 연구. *영남대학교 지역발전연구* 구소, 새마을 지역개발연구.
- 하미옥, 김정남 (2008). 역할관련 직무스트레스원이 직장-가정 갈등에 미치는 과정에서 SOC 조절효과. *한국심리학회지: 건강*, 13(2), 359-372.
- 하오령, 권정혜 (2006). 기혼 직장여성의 정신건강과 역할 만족도-역할 갈등, 완벽주의 및 가족 지지 중심으로-. *한국심리학회지: 임상*, 25(3), 675-696.
- 한국직업표준분류 (2007). 통계 분류, <http://kostat.go.kr/kssc>.
- 한귀원, 김명정, 김성곤, 변원탄 (1996). 알콜 의존 환자에서 음주욕구를 유발하는 조건화 자극에 대한 연구. *신경정신학회*, 35(4), 809-819.
- 황연미 (2009). 여대생과 기혼 여성의 정서표현 억제 태도와 우울 및 전문적 도움추구 태도의 차이. *한국심리학회지: 여성*, 14(1), 173-198.
- Allen, T. D., Herst, D. E. L., Bruck, C. S. & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-to-family conflict: A review and agenda for future research. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(2), 278-308.
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Boyar, S. L., Maertz, C. P. Jr., Pearson, A. W., & Keough, S. (2003). Work-family conflict: A model of linkages between work and family domain variables and turnover intention. *Journal of Managerial Issues*, 15(2), 175-190.
- Carlson, D. S., & Frone, M. R. (2003). Relation of behavioral and psychological involvement to a new four-factor conceptualization of work-family interference. *Journal of Business and Psychology*, 17(4), 515-535.
- Carlson, D. S., Williams, L. J. & Kacmar, K. M. (2000). Construction and Initial Validation of a Multidimensional Measure of Work-Family Conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 56(2), 249-276.
- Conger, J. (1956). Reinforcement theory and the dynamics of alcoholism. *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*, 17, 139-152.
- Frone, M. R. (2000). Work-family conflict and employee psychiatric disorders: The National

- Comorbidity Survey. *Journal of Applied Psychology*, 85(6), 888-895.
- Frone, M. R., Barnes, G. M. & Farrel, M. P. (1994). Relationship of work-family conflict to substance use among employed mothers: The role of negative effect. *Journal of Marriage and the Family*, 56, 1019-1030
- Frone, M. R., Russell, M., & Barnes, G. M. (1996). Work-family conflict, gender, and health-related outcomes: A study of employed parents in two community sample. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1(1), 57-69.
- Frone, M. R., Russell, M., & Cooper, M. L. (1992). Antecedents and outcomes of work-family conflict: Testing a model of the work-family. *Journal of applied psychology*, 77(1), 65-78.
- Frone, M. R., Russell, M., & Cooper, M. L. (1997). Relation of work-family conflict to health outcomes: A four-year longitudinal study of employed parents. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 70(4), 325-335.
- Grant-Vallone, E. J. & Donaldson, S. I. (2001). Consequences of work-family conflict on employee well-being over time. *Work & Stress*, 15(3), 214-226.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76-88.
- Griffin, J. M., Fuhrer, R., Stansfeld, S. A., & Marmot, M. (2002). The importance of low control at work and home on depression and anxiety: do these effects vary by gender and social class?. *Social Science & Medicine*, 54, 783-798.
- Grzywacz, J. G. & Marks, N. F. (2000). Family, work, work-family spillover, and problem drinking during midlife. *Journal of Marriage and the Family*, 62(2), 336-348.
- Hammen. (2003). interpersonal stress and depression in women, *Journal of affective Disorders*, 74(1), 49-57
- Hammer, L. B., Cullen, J. C., Neal, M. B., Sinclair, R. R., & Shafiro, M. V. (2005). The longitudinal effects of work-family conflict and positive spillover on depression symptoms among dual-earner couples. *Journal of Occupational Health Psychology*, 10(2), 138-154.
- Hammer, T. H., Saksvik, P. O., Nytro, K., & Bayazit, H. T. M. (2004). Expanding the psychosocial work environment: Workplace norms and work-family conflict as correlates of stress and health. *Journal of Occupational Health Psychology*, 9(1), 83-97.
- Hester, R. K. & Miller, W. R. (1995). *Handbook of Alcoholism Treatment Approaches: effective alternatives*. Allyn and Bacon.
- Iacovides, A., Fountoulakis, K. N., Kaprinis, St., & Kaprinis, G. (2003). The relationship between job stress, burnout and clinical depression. *Journal of Affective Disorders*, 75, 209-221.
- Jones, A. P. & Butler, M. C. (1980). A role transition approach to the stresses of organizationally induced family role disruption. *Journal of Marriage and Family*, 42(2), 367-376.
- Karasek, R. A. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*,

- 24, 285-308.
- Kessler, R. C. & Price, R. H. (1993). Primary prevention of secondary disorders: a proposal and agenda, *American Journal Community Psychology*, 21(5), 607-633.
- Kessler, R. C. (1997). The effects of stressful life events on depression. *Annu. Rev. Psychol*, 48, 191-214.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin R., Koretz, D., Merikangas, K. R., Rush, A. J., Walters, E. E. & Wang, P. S. (2003). The epidemiology of major depressive disorder: results from the National Comorbidity Survey Replication(NCS-R). *JAMA*, 289(23), 3095-3105.
- Kessler, R. C., Nelson, C. B., McGonagle, K. A., Edlund, M. J., Frank, R. G. & Leaf, P. J. (1996). The epidemiology of cooccurring addictive and mental disorders: implications for prevention and service utilization, *American Journal of Orthopsychiatry*, 66, 17-31.
- Kahn, R. L., Wolfe, D. N., Quinn, R. P., Snoek, J. D., & Rosenthal, R. A (1964). Organizational stress: Studies in role conflict and ambiguity. New York: Wiley, pp.20.
- Kinnunen, U., Vermulst, A., Gerris, J., & Makikangas, A. (2003). Work-family conflict and its relations to well-being: The role of personality as a moderating factor. *Personality and Individual Differences*, 35, 1669-1683.
- Kossek, E. E., & Ozeki, C. (1998). Work-family conflict, policies, and the job-life satisfaction relationship: A review and directions for future organizational behaviour-human resources research. *Journal of Applied Psychology*, 83, 139-149.
- Mackie, K. S., Holahan, C. K., & Gottlieb, N. H. (2001). Employee involvement management practices, work stress, and depression in employees of a human services residential care facility. *Human Relation*, 54, 1065.
- Mayfield D. G, Mcleod G & Hall P. The CAGE questionnaire: Validation of a new alcoholism screening instrument, *Am J Psychiatry* 1974; 131: 1121-3
- Mayes, B. T. (1986). Role of social support in the experience of stress at work. *Journal of Applied Psychology*, 71(1), 102-110.
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., McMurrian, R. (1996). Development and Validation of Work-Family Conflict and Family-Work Conflict Scales. *Journal of Applied Psychology*, 81(4), 400-410.
- Newman, J. E., & Beehr, T. A. (1979). Personal and organizational strategies for handling job stress: A review of research and opinion. *Reprinted with Permission from Personnel Psychology*, 32(1), 1-43.
- Peysers, J. (1982). *Stress and Alcohol*. in Handbook of Stress. edited by L. Goldberger & S. Bresnitz. New York Free Press.
- Pierce, R. S., Frone, M. R., Russell, M. & Cooper, M. L. (1994). Relationship of Financial Strain and Psychosocial Resources to Alcohol Use and Abuse: The Mediating Role of Negative Affect and Drinking Motive. *Journal of Health and Social Behavior*, 35, 291-308.
- Pikhart, H., Bobak, M., Pajak, A., Malyutina, S., Kubinova, R., Topor, R., Sebakova, H., Nikitin, Y., & Marmot, M. (2004). Psychosocial

- factors at work and depression in three countries of Central and Eastern Europe. *Social Science & Medicine*, 58, 1475-1482.
- Randolff, L. S. (1977). The CES-D Scale: A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Journal of Applied Psychological Measurement*, 1(3), 385-401.
- Roos, E., Lahelma, E. & Rahkonen, O. (2006). Work - family conflicts and drinking behaviours among employed women and men. *Drug and Alcohol Dependence*, 83(1), 49-56.
- Russell, M., Cooper, M. L., Frone, M. R., & Peirce, R. S. (1999). A Longitudinal study of stress, alcohol, and blood pressure in community-based samples of blacks and non-Blacks. *Alcohol Research & Health*, 23(4), 299-307.
- Sayette, M. (1999). Does drinking reduce stress?. *Alcohol Research & Health*, 23, 250-255.
- Sher, L. (2006). Serotonin and Suicidal Behavior in Patients with Comorbid Depression and Alcoholics. *The American Journal on Addictions*, 15(2), 198-198.
- Sher, M. L., & Brown, G. (1989). What to do with Jenny, *Personal Administrator*. 34, 31-41.
- Swendsen, J. D., Merikangas, K. R., Canino, G. J., Kessler, R. C., Rubio-Stipec, M. & Angst, J. (1998). The comorbidity of alcoholism with anxiety and depressive disorders in four geographic communities. *Comprehensive Psychiatry*, 39, 176-184.
- Vinokur, A. D., Pierce, P. F., & Buck, C. L. (1999). Work-family conflict of women in the Air Force: their influence on mental health and functioning. *Journal of Organizational Behavior*, 20, 865-878.
- Wallace, J. E. (2005). Job stress, depression and work-to-family conflict: A test of the strain and buffer hypotheses. *Journal of Applied Psychology*, 90(3), 510-539.

1차 원고접수 : 2009. 12. 28

2차 원고접수 : 2010. 1. 24

최종 게재결정 : 2010. 2. 23

The Impact of Married Worker's Work-Family Conflict and Problem Drinking on Depression

Bo Ra Choi

Su Jin Park

Soo Chan Choi

Yonsei University

The purpose of this research is to verify the impact of work-family conflict on depression among the married workers and to examine mediation effect of problem drinking between the two variables. 344 married workers in Seoul and Gyeonggi Province were selected to analyze. The results indicate that work-family conflict was statistically influential on depression and problem drinking. And work-family conflict implied the partial mediation effect of problem drinking, with both direct and indirect impacts on depression. These findings indicated that maltreatment of work-family conflict and problem drinking would negatively impact on depression. Therefore, government and companies must launch and activate family-friendly welfare programs and EAP(employee assistance programs)services in order to increase the overall mental health of the employees.

Key words : Married workers, Work-family conflict(WFC), problem drinking, Depression, EAPs